想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

受苦是成佛的基础

「不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。」

释迦牟尼佛在无量劫以前，已经成佛了。可是他老人家慈悲心太重，为了教化没有恒远心、没有坚强心、没有诚恳心的众生，所以才示现成佛。

佛以成佛的根性，还要在雪山苦修六年。为什么要苦修？因为苦修是成佛的基础。好像盖楼房，先要把地基坚固起来，才能建筑大楼。地基若不坚固，无法建筑大楼。好像在沙上建楼，焉能持久？

我们在禅堂打坐，比在雪山要好得多。虽然吃的不好，犹不至于饿得骨瘦如柴那样子吧！比起释迦牟尼佛用功方便多了。既然有这样好的机会、有这样好的道场，成立坐禅班，凡是参加者，一定要打起精神来参禅！要学韦陀菩萨那样威风凛凛，手持金刚杵，降伏睡魔，不可向睡魔投降。头低到肚子上，那不是坐禅人的姿态。不要学乌龟，把头缩回去，那就不是坐禅的修行人。

坐禅用功不可太猛，也不可不猛。太猛就是太过，不猛就是不及。修道是修中道，也不太过，也不不及。所谓「紧了绷，慢了松，不紧不慢才成功。」天天这样用功，时时这样用功，也不紧，也不慢，久而久之，功夫就相应。相应之后，就得到不可思议的境界。得到之后，不可太欢喜。没有得到，也不可太悲哀。

如果太欢喜，欢喜魔就来扰论你的定力，令你一天到晚，嘻嘻哈哈，笑的不自然。问你笑什么？不知道。不知道而笑，就是发狂，这是狂魔入体。如果忧愁过度，悲哀魔则来扰乱你的定力，令你一天到晚，哭哭啼啼，哭的不正常。问你哭什么？便说：「众生太苦啦！太可怜啦！我想度众生。」你自己度不了自己，怎样度众生？这就是悲哀魔入体的现象。

在禅堂专心参禅，腿痛要忍，忍到极点，便不痛了。为什么？苦尽甘来，只有好风光，所以说苦是成道的基础。所谓「不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。」这是从受苦得到的好处。

上一页 下一页